

## Menù estivo Scuola Primaria di VILLA DI CHIAVENNA

<b>1° MARTEDI'</b>	<b>2° MARTEDI'</b>	<b>3° MARTEDI'</b>	<b>4° MARTEDI'</b>
PASTA AL RAGU' VEGETALE ARISTA DI MAIALE al forno VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA AL RAGU DI TONO FILETTI DI PESCE (**) al forno VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA AL RAGU' VEGETALE O AL PESTO ARROSTO DI TACCHINO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA IN BIANCO (*) FRITTATA al forno VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE
<b>1° MERCOLEDI'</b>	<b>2° MERCOLEDI'</b>	<b>3° MERCOLEDI'</b>	<b>4° MERCOLEDI'</b>
RISOTTO ALLO ZAFFERNO/ ZUCCA FILETTI DI PESCE al pomodoro o gratinato al forno VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	POLENTA O PURE' DI PATATE SPEZZATINO DI VITELLONE con VERDURE FRUTTA DI STAGIONE PANE	RAVIOLI RICOTTA E SPINACI al pomodoro o in bianco FILETTI DI PESCE al pomodoro o gratinato al forno VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	GNOCCHI ALLA ROMANA FILETTI DI PESCE dorati al forno VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE
<b>1° GIOVEDI'</b>	<b>2° GIOVEDI'</b>	<b>3° GIOVEDI'</b>	<b>4° GIOVEDI'</b>
VERDURE MISTE PASTA PASTICCIAIA al ragù di carne di vitellone FRUTTA DI STAGIONE PANE	RISOTTO ALLA PARMIGIANA BOCCONCINI DI POLLO al forno VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	VERDURE MISTE PIZZA MARGHERITA FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA AL POMODORO SCALOPPINE DI LONZA AL LIMONE VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE

(\*) Condire solo con **olio extra vergine di oliva** (\*\*) **TONNO AL NATURALE**, confezionato in vetro (\*\*\*) **PESTO** preparato fresco con basilico, olio extra vergine di oliva, pinoli, grana, con poco o niente aglio

**PESCE:** deve essere assicurata una accurata deliscatura. Sono concessi a rotazione platessa, nasello, tilapia, merluzzo..

**VERDURE MISTE:** offrire possibilmente due verdure di stagione a pasto, assicurando almeno 3 differenti prodotti alla settimana, alternando VERDURE CRUDE e COTTE – condire con olio extra vergine di oliva

**N.B. Le patate,** per il loro contenuto in amido, non vanno considerate verdure e devono essere somministrate solo quando specificate nel menù (bollite o arrosto)

**FRUTTA:** assicurare almeno 3 differenti prodotti di stagione alla settimana. Può essere distribuita anche a metà mattina e alternata saltuariamente con macedonia di frutta fresca senza l'aggiunta di zucchero

**TORTA della cuoca** (torta margherita, torta allo yogurt, torta di mele/frutta o con confettura) può essere prevista **una volta al mese** per festeggiare i compleanni, meglio se offerta all'intervallo di metà mattina o a merenda, ma mai in sostituzione della frutta fresca prevista al pasto.

**Utilizzo di solo PREPARATO PER BRODO VEGETALE senza glutammato, SALE IODATO, PANE A RIDOTTO CONTENUTO DI SALE e OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA sia per condimenti a crudo che per la cottura**